



**APG PAUD  
INDONESIA**

# PROSIDING

## Seminar Nasional

Penguatan Kemitraan, Akademisi, Satuan Pendidikan PAUD  
Keluarga dan Masyarakat Menuju Profesionalitas



Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini  
Universitas Negeri Surabaya  
Surabaya, 5 Mei 2017  
Hotel Utami Juanda Surabaya ISBN :

ISBN : 978-602-61619-0-1

# PROSIDING

## SEMINAR NASIONAL

### "PENGUATAN KEMITRAAN AKADEMISI, SATUAN PENDIDIKAN PAUD, KELUARGA, DAN MASYARAKAT MENUJU PROFESIONALITAS."

Surabaya, 05 Mei 2017

Di Hotel Utami, Juanda

Jl. Raya Juanda Selatan No.36 Semambung Surabaya, Sidoarjo Jawa Timur

#### Keynote Speaker :

1. Sumarna Surapranata, Ph.D (Ditjen Guru dan Tenaga kependidikan) Kemendikbud
2. Saifullah Yusuf (Wakil Gubernur Jawa Timur)
3. Dr. Sukiman, M.Pd (Direktur Pembinaan Pendidikan Keluarga) Kemendikbud



**PGPAUD FIP Universitas Negeri Surabaya**

Web : [paud.fip.unesa.ac.id](http://paud.fip.unesa.ac.id)

Email: [pgpaud@unesa.ac.id](mailto:pgpaud@unesa.ac.id)

**PROSIDING**

**SEMINAR NASIONAL**

**"PENGUATAN KEMITRAAN AKADEMISI, SATUAN PENDIDIKAN PAUD, KELUARGA, DAN MASYARAKAT MENUJU PROFESIONALITAS."**

X, 422 hlm: 21 cm x 29,7 cm

ISBN : 978-602-61619-0-1

---

Ketua Penyunting	: Dr. Sri Setyowati, M.Pd
Anggota	: Nurul Khotimah, M.Pd Nur Ika Sari Rakhmawati, M.Pd Mallevi Agustin Ningrum, M.Pd Kartika Rinakit Adhe, M.Pd
Reviewer	: Prof Dr. Mustaji, M.Pd (Unesa) Dr. Sofia Hartati, M.Si (UNJ) Prof Dr. Anita Yus, M.Pd (Unimed) Dr. Rachma Hasibuan, M.Kes (Unesa) Dr. Ernawulan Syaodih, M.Pd (UPI)
Layout	: Nur Ika Sari Rakhmawati, M.Pd, Awalia Nor Ramadan
Desain cover	: Nur Ika Sari Rakhmawati, M.Pd, Awalia Nor Ramadan

---

Hak cipta yang dilindungi:

Undang-undang pada : Pengarang

Hak penerbitan pada :

Jurusan PGPAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya

Dilarang Mengutip Atau Memperbanyak Dalam Bentuk Apapun Tanpa Izin Tertulis Dari Penerbit

Fakultas Ilmu Pendidikan

Alamat : Kampus Lidah Wetan Surabaya

Tlp : 031-37532160

Fax : 031-37532112



44. Pendidikan Ramah Anak Sebagai Pondasi Dalam Pengembangan Karakter Anak Usia Dini Novitawati.....	385
45. Kajian Kurikulum 2013 PAUD untuk Menyongsong Bonus Demografi Indonesia Ruqoyyah Fitri .....	390
46. Pengasuhan Dan Regulasi Diri Anak Usia Dini Rina Wijayanti dan Henni Anggraini.....	403

## PENDAHULUAN

Setiap  
Bermain dan  
anak usia di  
Berangkat da  
lebih dapat  
perkembangan  
Bagi an  
dan pembent  
sebuah saran  
pertumbuhan  
tidak bisa di  
pada perkem  
pengoptimala  
menyatakan b  
anak dengan  
dan lingkung

## PENGASUHAN DAN REGULASI DIRI ANAK USIA DINI

Rina Wijayanti,M.Psi  
Prodi PG PAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Kanjuruhan Malang  
Email: [rinawijayantipsi@unikama.ac.id](mailto:rinawijayantipsi@unikama.ac.id)

**Abstrak :** Sesuai konsep UNESCO bahwa Pendidikan anak usia dini merupakan *"Life long Education"* , sehingga bayi sejak dalam kandungan sudah dapat diberikan pendidikan atau edukasi untuk keterampilan hidupnya.karena bayi memiliki kemampuan merespon stimulus dari luar ketika berada dalam kandungan. Dalam pengasuhan yang positif akan mampu mengembangkan kemampuan regulasi diri anak usia dini. Mengembangkan pengasuhan yang positif dengan memberikan reinforcement, punishment dan imitasi, terhadap perilaku anak yang positif dan memberikan contoh perilaku maka hal ini merupakan strategi pengembangan regulasi diri anak usia dini. Pola asuh orangtua merupakan pola interaksi antara orang tua dan anak karena akan terjadi penerapan nilai nilai dan aturan , norma, memberikan kasih sayang, sehingga dijadikan panutan bagi anak. Regulasi diri merupakan kemampuan anak dalam manajemen diri dan bersikap sebagai hasil dari kontrol emosi dan sikap yang ada dalam diri anak. regulasi diri merupakan kemampuan anak dalam memuaskanperhatian, mengatur pikiran dan emosinya serta mengurangi perilaku dominan. Regulasi diri menuntut fleksibilitas dan pengendalian diri untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Pada banyak anak-anak, perkembangan regulasi diri berkembang dengan sempurna hingga memasuki usia anak awal, menghabiskan waktu paling tidak tiga tahun. Anak perlu diasuh dan dibimbing karena mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan itu merupakan suatu proses yang akan terus berjalan hingga akhir hayat. Pengasuhan yang positif dan penciptaan lingkungan pengasuhan yang mendukung akan mendukung berkembangnya kemampuan regulasi diri anak usia dini dengan baik. Anak usia dini yang memiliki kemampuan regulasi diri yang optimal akan memberikan peluang keberhasilan dalam hidupnya yang lebih besar.

**Kata Kunci : Pengasuhan, regulasi diri.**

### A. PENDAHULUAN

Pada anak usia dini kualitas tumbuh kembangnya akan menjadi penentu kesehatan, fisik, kognitif dan sosial emosional serta perilaku sepanjang hidupnya. Teori perkembangan berguna untuk memahami anak-anak dalam mengembangkan kemampuannya sebagai seorang individu. Sesuai konsep dari UNESCO bahwa Pendidikan

anak usia dini merupakan "Life long Education" , sehingga bayi sejak dalam kandungan sudah dapat diberikan pendidikan atau edukasi untuk keterampilan hidupnya.karena bayi memiliki kemampuan merespon stimulus dari luar ketika beradda dalam kandungan.

Indonesia sendiri telah memilikistandar PAUD yang dijadikan dasar anak-anak Indonesia mendapatkan pendidikan sebelum di sekolah dasar. Pembelajaran di PAUD merupakaninteraksi antara anak, orang tua, atauorang dewasa lainnya dalam suatulingkungan tertentu untuk mencapai tugasperkembangan, sesuai dengan potensi anak. Vigotsky (dalam Izzaty Eka Rita, 2005)berpendapat bahwa bahan pengalamanteraksi sosial merupakan hal yangpenting bagi perkembangan keterampilanberpikir (*thinking skill*). Aktivitas mentalyang tinggi pada anak dapat terbentukmelalui interaksi dengan orang lainsehingga pembelajaran dapat efektif jikaanak dapat belajar melalui bekerja,bermain, dan hidup bersama denganlingkungan.

Bayi lahir dengan beberapa kemampuan untuk mengatur diri sendiri, namun mereka tidak selalu mampu untuk mengendalikan emosi yang begitu kuat. Mereka bergantung pada bantuan dari luar seperti dari pengasuhnya atau peraturan yang ada di luar. Bayi mulai mengembangkan kemampuan ini ketika berhubungan dengan orang dewasa. Kemampuan mengatur diri atau dikenal dengan regulasi diri akan diperlukan sepanjang hidup. Kemampuan regulasi diri merupakan kemampuan anak untuk mengendalikan fungsi tubuh , mengatur emosi, focus perhatian anak. perkembnagan regulasi diri merupakan landasan awal masa kanak-kanak pada semua bidang perilaku. Baumeister, at all (2006) dalam ( grolnick, farkas, 2002) beranggapan bahwa regulasi diri merupakan kemampuanuntuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitori perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial agar sesuai dengan nilai, moral, dan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat, serta regulasi diri juga merupakan kemampuan menghasilkan pikiran, perasaan, dan tindakan serta kemampuan adaptasi secara terus menerus agar tercapai tujuan yang diinginkan setiap individu.

Menurut Kochanska (dalam Papalia,2010), sebagian anak tersosialisasi lebihsiap dibandingkan yang lain. Cara orang tua menangani pekerjaanmereka dan temperamen sang anak, sertakualitas hubungan orang tua-anak,mungkin dapat membantu memprediksi sulitnya atau mudahnyamensosialisasikan seorang

anak. Beberapa faktor dalam kesuksesan sosialisasi dapat mencakup keamanan keterikatan orang tua-anak (Maccoby, dalam Papalia: 2010). Menurut Santrock (2008:526) Regulasi diri (*Self-Regulatory*) adalah suatu tujuan dalam penciptaan pemikiran sendiri, perasaan sendiri dan perilaku sendiri. Sedangkan menurut Eisenberg (dalam Papalia, 2010), regulasi diri (*Selfregulation*) adalah kemampuan mengontrol perilaku seseorang dalam kondisi tidak adanya kontrol eksternal, setelah berulang kali berhubungan dengan ukuran perkembangan kata hati, seperti menolak godaan dan memperbaiki tindakan yang salah. Jadi regulasi diri merupakan pondasi bagi perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Apabila kita melihat perilaku anak usia dini di sekolah yang menginginkan kue yang dibawa temannya, kemudian kue akan diambil namun tidak jadi dilakukan, hal ini mencerminkan regulasi diri yang dimiliki oleh anak tersebut. Untuk melakukan hal ini anak harus secara sadar dan paham terhadap aturan yang telah diberikan oleh lingkungan yang telah didapatkan dari orang tua ataupun guru, yang memberikan batasan tentang perbuatan mengambil barang milik orang lain tanpa ijin (kesadaran kognitif), sedangkan kemampuannya tidak mengambil kue membutuhkan kontrol emosi.

Anak usia dini belajar regulasi diri dalam mengatur pikiran, perasaan, perilaku dan emosinya dengan melihat dan menanggapi orang dewasa. Bantuan dari orang dewasa sangat membantu dalam perkembangan regulasi anak usia dini. Memberikan contoh positif pada anak usia dini yang dilakukan orang dewasa baik di rumah maupun di sekolah maka mereka akan mengingat dan merespon tindakan dari orang dewasa. Memberikan reward dan mengapresiasi perilaku anak bila mereka bertindak positif akan mengembangkan kemampuan regulasi dirinya.

Orang tua akan menerapkan pola asuh yang menurutnya benar agar anak menjadi cerdas dan disiplin sesuai dengan keinginan orang tua. Penerapan pola asuh yang tepat menjadi sangat penting dalam pembentukan perilaku anak. Pola asuh orang tua adalah suatu cara terbaik yang dapat ditempuh orang tua dalam mendidik anak sebagai perwujudan dari rasa tanggung jawab kepada anak. Orang tua harus menerapkan pola pengasuhan yang tepat dan sesuai bagi diri anak agar dapat menunjang kesuksesan regulasi diri pada anak (Papalia, Wendkos, & R. Feldman, 2010).

## **B. PENGASUHAN**

Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relative konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif. Beberapa definisi tentang pengasuhan dari para ahli menyatakan Menurut Supriyanto (dalam Yusiana, 2012) pola asuh merupakan pola interaksi antara orang tua dan anak, yaitu bagaimana cara sikap atau perilaku orang tua saat berinteraksi dengan anak, termasuk cara penerapan aturan, mengajarkan nilai atau norma, memberikan perhatian dan kasih sayang serta menunjukkan sikap dan perilaku baik sehingga dijadikan panutan bagi anaknya.

Pola asuh orang tua adalah pola perilaku yang diterapkan pada anak dan bersifat relative konsisten dari waktu ke waktu. Pola perilaku ini dapat dirasakan oleh anak, dari segi negatif maupun positif. Pola asuh orang tua merupakan gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dengan anak dalam berinteraksi, serta berkomunikasi selama mengadakan kegiatan pengasuhan. Dalam pengasuhannya, memerlukan sejumlah kemampuan interpersonal dan mempunyai tuntutan emosional yang besar (Monks dalam Safitri, 2013). Bahrul Khairil Amal (dalam Nurwahyuni, 2013) yang mendefinisikan pola asuh orang tua sebagai suatu cara atau sistem pendidikan

dan pembinaan orang tua terhadap anak. Pola asuh orang tua merupakan gambaran tentang sikap dan perilaku orang tua dengan anak dalam berinteraksi, serta berkomunikasi selama mengadakan kegiatan pengasuhan.

Kamus bahasa Indonesia (2008) pengasuhan berarti hal (cara, perbuatan, dan sebagainya) mengasuh. Dalam mengasuh mengandung makna menjaga/merawat/mendidik, membimbing, membantu, melatih, memimpin/mengepalai/menyelenggarakan. Dalam perkembangannya juga dikenal dengan istilah asih, asih, dan asuh. Pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor penting dalam mengembangkan ataupun menghambat pertumbuhan anak. Seorang anak yang dibiasakan dengan suasana keluarga yang terbuka, saling menghargai, saling menerima, dan mendengarkan pendapat anggota keluarga lainnya maka ia akan tumbuh menjadi generasi yang terbuka, fleksibel, penuh inisiatif, dan percaya diri. Kondisi keluarga yang positif tempat tumbuh kembang anak dalam setiap aspek perkembangannya.



Perilaku kreatif dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Kehidupan keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak. Keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi (Lestari, 2012:13).

Dapat disimpulkan dari berbagai pendapat bahwa pengasuhan merupakan komitmen dari orang dewasa yaitu orang tua, atau pendidik dalam menjaga/merawat/mendidik, membimbing, membantu, melatih, memimpin/mengepalai/menyelenggarakan peran terhadap tumbuh kembang anak usia dini.

Menurut teori ekologi yang ungkapkan oleh Bronfenbrenner (2000) dalam Lestari (2012) mengatakan pengasuhan anak tidak terlepas dari sistem-sistem yang melingkupinya yaitu *macrosystem* (politik, budaya, ekonomi, nilai sosial), *mesosystem* (sekolah dan komunitas), *microsystem* (interaksi orang tua dan anak dalam pengasuhan), *chronosystem* (kondisi ortu dahulu dan sekarang yang berbeda). Kondisi politik, budaya, ekonomi, dan nilai-nilai sosial berkontribusi terhadap proses sosialisasi dan perkembangan anak melalui pengasuhan orangtua, pendidikan di sekolah maupun masyarakat.

Dalam hal ini teori ekologi menjelaskan bahwa pengasuhan pada anak khususnya usia dini melibatkan berbagai komponen yang masuk dalam sistem. Peran orangtua dalam pengasuhan dan pihak diluar keluarga juga mempengaruhi pengasuhan yang dilakukan pada anak usia dini.

Pola pengasuhan orangtua pada anak yang dikenal pada masyarakat luas dikenal dengan gaya pengasuhan. Pola asuh dibedakan menjadi beberapa jenis, salah satunya menurut Santrock (1998), yaitu: Pola asuh authoritarian, yaitu pola asuh yang penuh pembatasan dan hukuman (kekerasan) dengan cara orang tua memaksakan kehendaknya sehingga orang tua dengan pola asuh authoritarian memegang kendali penuh dalam mengontrol anak-anaknya.

Pola asuh authoritative, yaitu pola asuh yang memberikan dorongan pada anak untuk mandiri namun tetap menerapkan berbagai batasan yang akan mengontrol perilaku mereka. Adanya saling memberi dan saling menerima, mendengarkan dan didengarkan. Pola asuh permissive, Maccoby dan Martin (dalam Santrock, 1998) membagi pola asuh ini menjadi dua neglectful parenting dan indulgent parenting. Pola asuh yang neglectful yaitu bila orang tua sangat terlibat dalam kehidupan anak (tidak

peduli). Pola asuh ini menghasilkan anak-anak yang kurang memiliki kompetensi sosial terutama karena adanya kecenderungan kontrol diri yang kurang. Pola asuh yang indulgent yaitu bila orang tua sangat terlibat dalam kehidupan anak, namun hanya memberikan kontrol dan tuntutan yang sangat minim (selalu menuruti atau terlalu membebaskan) sehingga dapat mengakibatkan kompetensi sosial yang tidak akurat karena umumnya anak kurang mampu untuk melakukan kontrol diri dan menggunakan kebebasannya tanpa rasa tanggung jawab serta memaksakan kehendaknya. Pola asuh juga memiliki berbagai ciri-ciri menurut beberapa pakar, salah satunya menurut Hurlock (1993) yang mengemukakan ciri-ciri pola asuh sebagai berikut: Pola asuh otoriter mempunyai ciri seperti anak harus tunduk dan patuh pada kehendak orang tua, pengontrolan orang tua pada tingkah laku anak sangat ketat hampir tidak pernah memberi pujian,

sering memberikan hukuman fisik jika terjadi kegagalan memenuhi standar yang telah ditetapkan orang tua, pengendalian tingkah laku melalui kontrol eksternal. Pola asuh demokratis mempunyai ciri-ciri yaitu, anak diberi kesempatan untuk mandiri dan mengembangkan kontrol internal, anak diakui sebagai pribadi oleh orang tua dan turut dilibatkan dalam pengambilan keputusan, menetapkan peraturan serta mengatur kehidupan anak. Pola asuh permisif mempunyai ciri yaitu, kontrol orang tua kurang, bersifat longgar atau bebas, anak kurang dibimbing dalam mengatur dirinya, hampir tidak menggunakan hukuman, anak diijinkan membuat keputusan sendiri dan dapat berbuat sekehendaknya sendiri.

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama dan utama bagi anak sehingga memberi pengaruh terbesar bagi perkembangan anak. Keluarga terutama ayah dan ibu memberikan dasar pembentukan tingkah laku, watak, moral dan pendidikan anak. Pengalaman interaksi di dalam keluarga akan menentukan pola dan tingkah laku anak terhadap orang lain dalam masyarakat (Soetjiningsih dalam Listriana, 2012).

Anak usia dini memerlukan pengasuhan dan pengawasan serta arahan dari orang dewasa. Peran orangtua sangat dibutuhkan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif dalam pengasuhan anak usia dini. Pola asuh sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi antara orangtua dan anak. Terbentuknya anak didapatkan dari pembiasaan –pembiasaan yang terjadi pada situasi rumah. Hal inilah yang akan mendasari anak untuk berkembang.

## REGULASI DIRI

Dalam perkembangan anak usia dini regulasi diri menjadi hal penting. Erikson (dalam Syafrida, 2014) menjelaskan regulasi diri pada anak adalah bagaimana anak-anak meraih kontrol terhadap emosi dan perilaku sosial anak dalam menentukan perannya sebagai makhluk sosial dalam lingkungan masyarakat. Pianta, (2012) menjelaskan regulasi diri sebagai keterampilan untuk mengatur sikap, emosi, dan pikiran sesuai dengan keadaan. Thompson dalam Pianta (2012) menjabarkan lebih detail tentang regulasi diri yang mengacu pada keterampilan intrinsik, dan ekstrinsik yang bertanggung jawab dalam memantau, mengevaluasi, serta memodifikasi reaksi emosi yang akan ditunjukkan dalam mencapai suatu tujuan..

Pada banyak anak-anak, perkembangan regulasi diri penuh berkembang dengan sempurna hingga anak memasuki usia anak awal, menghabiskan waktu paling tidak tiga tahun. Charlesworth (dalam Wahyuningtyas, 2015) berpendapat bahwa regulasi diri merupakan *the ability to control emotions, interact in positive ways with others, avoid inappropriate or aggressive actions, and become a self directed learner*. Pendapat tersebut berarti kemampuan mengendalikan emosi, berinteraksi secara positif dengan orang lain, menghindari perbuatan yang tidak pantas atau agresif, dan diarahkan menjadi pembelajar mandiri. Dari teori-teori di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri merupakan pengendalian diri pada anak untuk mengelola, mengarahkan dan menyesuaikan perilaku, proses berpikir, dan emosi sesuai dengan lingkungan sosialnya. Regulasi diri pada anak merupakan keterampilan yang dimiliki anak dalam manajemen diri dan bersikap sebagai hasil dari kontrol emosi dan sikap yang ada di dalam diri anak, kemudian diekspresikan melalui emosi dan tindakan-tindakan dalam menjalin hubungan sosial dengan anak

Perilaku anak usia dini dapat dikendalikan secara eksternal melalui proses seperti modeling, konsekuensi (*reinforcement dan punishment*), dan instruksi langsung. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Santrock (dalam Dessy, 2015) yaitu proses reinforcement, punishment, dan imitasi dianggap dapat menjelaskan cara individu belajar tentang respons tertentu dan kenapa respons individu berbeda dengan respons individu lain. Ketika anak diberi reinforcement untuk perilaku yang konsisten

sesuai dengan lingkungan sosialnya, maka akan lebih mungkin untuk mengulangi perilaku tersebut. Apabila anak menerima punishment atas perilakunya yang tidak baik, maka perilaku tersebut dapat dihilangkan. Jadi untuk membentuk perilaku anak sesuai dengan harapan orang tua, dibutuhkan pola yang tepat yang dapat memberikan anak reinforcement seperti reward dan punishment.

Regulasi diri merupakan proses psikologis yang dapat menentukan seseorang untuk melakukan tindakan, serta juga regulasi diri bisa diatur mekanismenya pada setiap individu untuk menghasilkan perilaku yang positif agar tercapai cita – cita yang diinginkan. McCullough & Willoughby dalam Grolnick, Farkas (2002) beranggapan bahwa regulasi diri bukan sesuatu yang ada sejak lahir akan tetapi dapat dipelajari, biasanya pembelajaran awal dari orang tua, serta biasanya regulasi diri berasal dari agama ataupun nilai yang didapat dalam masyarakat. Regulasi diri juga penting bagi anak karena anak pada

proses pertumbuhan akan belajar bagaimana cara mengendalikan emosi yang baik misalnya ketika dalam kelas dapat tenang dan mengangkat tangan ketika izin atau bicara, ataupun mengendalikan kemarahan mereka seperti menangis yang berlebihan.

Maka regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Dukungan regulasi diri yang baik akan mendorong berbagai keberhasilan yang terjadi pada proses pertumbuhan dan perkembangan.

Adapun tahapan pada proses regulasi diri diantaranya meliputi receiving, evaluating, searching, formulating, implementing, assesing. Sedangkan pada aspek regulasi diri meliputi aspek metakognitif, Motivasi, dan tindakan positif. Regulasi diri yang baik akan berdampak pada masyarakat, karena individu dengan regulasi diri yang baik akan cenderung mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh norma, nilai dan hukum yang berlaku pada masyarakat dan dapat meredam konflik yang terjadi (Johnstone & Sarrne, dalam Grolnick dan Farkas, 2002).

### **b.1.TAHAPAN REGULASI DIRI**

Pada ilmu psikologi sebenarnya akar dari teori regulasi diri adalah teori Albert Bandura yaitu teori sosial kognitif. Teori sosial kognitif Bandura mengemukakan bahwa kepribadian seseorang dibentuk dari kognitif, perilaku, dan

lingkungan. Kontrol atas berbagai rangsangan dari luar dinamakan regulasi diri. Tahapan – tahapan pembentukan regulasi diri setiap individu, ada beberapa proses yang dilewati dan mendasarinya agar setiap individu dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Adapun tahapan regulasi diantaranya yaitu manab(2016):

### 1. *Receiving*

Merupakan langkah yang dilakukan individu ketika menerima informasi awal. Informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik. Adanya informasi yang didapatkan membuat individu menghubungkan dengan informasi yang telah didapatkan sebelumnya ataupun hubungan dengan aspek –aspek lainnya. Misalnya pada anak dalam tahap bermain dimana anak akan mendapatkan tantangan dari permainan tersebut serta dapat dinilai apakah anak dapat menyelesaikan dan ini akan berdampak pada regulasi diri anak pada tahapan penerimaan informasi (Bodrova, Germeroth, & Leong, 2013). Masalah yang didapatkan adalah ketika anak terlahir prematur ataupun memiliki kekurangan lainnya maka informasi yang didapatkan tidak seperti anak lainnya. Pada penelitian Lynn et all (2011) tentang anak yang terlahir prematur menghasilkan tentang adanya perbedaan yang signifikan antara anak yang lahir prematur dan anak yang lahir normal. Kesulitan anak dalam menerima informasi sangat penting, dan berguna untuk pengembangan regulasi diri anak tersebut.

### 2. *Evaluating*

Merupakan pengolahan informasi, ketika telah melewati tahap receiving. pada Proses evaluating terdapat masalah yang didapat, maka individu dapat membandingkan masalah dari lingkungan (eksternal) tersebut dengan pendapat diri pribadi (internal) yang telah didapatkan sebelumnya. Evaluating merupakan tahapan penting dalam proses regulasi diri karena dalam tahapan ini individu akan mengumpulkan hasil informasi dan melihat perbedaan pada lingkungan luar yang akan menjadi sumbangan paling besar pada proses tindakan yang akan diambil nantinya (McNamara, & O' Hara, 2008).

### 3. *Searching*

Merupakan tahapan pencarian solusi masalah. Pada tahapan evaluating individu akan melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya,

maka individu akan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut. Pencarian solusi atas masalah yang didapatkan individu sebaiknya mempresepsikan terlebih dahulu masalah tersebut terhadap dirinya kemudian hubungannya dengan orang lain atau lingkungan masyarakat, serta mencari kesulitan yang paling minimal didapatkan ketika melakukan tindakan (Baumeister, 1987).

#### 4. *Formulating*

Merupakan penetapan tujuan atau rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media ataupun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien. Pedoman pada tahapan ini biasanya menggunakan teknologi yang digunakan pendidik untuk memacu regulasi diri siswa untuk lebih maksimal misalnya komunikasi facebook dan jejaring sosial lainnya yang dapat mengarahkan siswa untuk lebih efektif dalam belajar, dan juga motivasi bagi siswa untuk berkomunikasi dengan teman ataupun para pendidik lainnya, serta juga media tersebut menjadi formula ataupun media dalam menetapkan tujuan yang ingin dicapai (Kitsantas, 2013). Penetapan tujuan adalah komponen yang penting dalam tahapan regulasi diri, dalam penetapan tujuan jangka panjang maka adapula sub bagian yang disebut tujuan jangka pendek yang berguna untuk memantau seberapa besar kemajuan yang berhasil diraih, serta berguna juga untuk menyesuaikan strategi apa yang dapat diterapkan untuk menjadi kunci utama agar dapat meraih keberhasilan yang lebih baik (Schunk, 2001)

#### 5. *Implementing*

Tahapan pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tindakan yang dilakukan sebaiknya tepat dan mengarah pada tujuan, walaupun dalam sikap cenderung dimodifikasi agar tercapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang terlalu tinggi biasanya tidak menjamin pencapaian yang maksimal dikarenakan oleh berbagai faktor yang menjadi penghambat, maka dalam tahapan implementing, individu selayaknya menyadari bahwa kegagalan regulasi diri pada tahapan ini adalah sesuatu yang biasanya terjadi (Oettingen, Honig, & Gollwitzer, 2000).

#### 6. *Assesing*



Tahapan akhir untuk mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang ingin dikelola biasanya mengalami pergeseran nilai, akan tetapi pergeseran nilai tujuan dapat diatasi dengan lebih memantapkan prioritas tujuan utama (Carver & Scheier, 2011). Penilaian tentang seberapa maksimal tindakan yang dilakukan akan memberikan efek ketika melakukan tindakan selanjutnya, assesing adalah bagian dari proses intropeksi diri individu dan dapat berefek juga pada penilaian diri tentang seberapa besar kontribusi perilaku yang telah dilakukan (Kayler & Weller, 2007).

## **b.2. ASPEK REGULASI DIRI**

Regulasi diri berarti juga ketahanan diri terhadap ransangan dari lingkungan yang memaksa individu untuk melakukan tindakan baik itu tindakan yang positif ataupun negatif. Maka ada beberapa aspek yang mendasari pada regulasi diri pada setiap individu yaitu (manab,2016):

### **1. Metakognitif**

Merupakan bagian dari kemampuan individu ketika memikirkan untuk merancang atau merencanakan tindakan yang ingin dilakukan. Pada penelitian yang dilakukan Romera (2009) menghasilkan bahwa metakognisi yang dilakukan oleh anak usia dini ketika diberikan informasi dengan menggunakan pertanyaan setelah diberikan pertanyaan atau tugas – tugas maka aspek yang banyak berperan dalam menentukan regulasi dirinya adalah metakognitif maka menimbulkan kesimpulan bahwa regulasi diri dalam strategi penerimaan informasi maupun pembelajaran yang baik berkorelasi dengan kemampuan metakognitif. Pada penelitian araujo (2013) yang membandingkan beberapa aspek yang mendasari pembentukan regulasi diri, didapatkan bahwa metakognitif memainkan peranan penting sebagai pembentuk regulasi diri seseorang.

### **2. Motivasi**

merupakan faktor penentu dalam melakukan tindakan ataupun sebagai serangkaian usaha yang mungkin berasal dari ransangan luar ataupun berasal

dari individu sendiri, motivasi bisa berupa hadiah ataupun hukuman (Zuhmrin et al, 2011). Penelitian yang dilakukan Pintrich & De Grot (1990) menghasilkan bahwa motivasi merupakan serapan dari serangkaian kognitif individu. Motivasi yang baik menghasilkan prestasi. Keluarga atau orang tua merupakan unsur penting dalam membangun motivasi pada regulasi diri anak maupun remaja (Grolnick & Ryan, 1989). Adapun pada penelitian Effeny, Carroll, & Bahr (2013) menemukan bahwa dalam membangun regulasi diri remaja (siswa), peran guru sangat penting pada awal – awal pendidikan ketika masuk sekolah baru karena siswa akan sangat bergantung pada apa yang dikatakan oleh guru, dan selanjutnya guru memberikan motivasi penguatan dalam mencapai tujuan dan cita – cita yang ingin dicapai.

### 3. Tindakan positif

merupakan tindakan yang dilakukan individu ketika telah menyeleksi dan menghasilkan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan masyarakat ataupun sesuai dengan tujuan yang diharapkan, semakin besar dan optimal yang dikerahkan individu dalam melakukan suatu aktivitas maka akan meningkatkan regulasi individu itu tersebut. Pada penelitian schneider (2014) menghasilkan bahwa tindakan positif yaitu dengan meningkatkan intensitas belajar pada siswa dalam upaya menghasilkan prestasi belajar mendapatkan hasil semakin tinggi regulasi siswa, artinya bahwa tindakan positif yang dilakukan siswa akan menghasilkan regulasi diri yang baik.

Menurut uraian diatas pengembangan regulasi diri ini akan berkembang dengan baik tidak terlepas dari adanya pengasuhan yang kondusif.

Pengasuhan yang positif Sementara beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan yang serupa antara karakteristik parenting dan regulasi diri.,Baldwin, Baldwin, dan Cole (1990) menemukan bahwa, bagi anak –anak yang hidup dalam keadaan kurang beruntung,perhatian orang tua yang lebih besar dikaitkan dengan anak yang lebih baik keberhasilannya.Sedangkan bagi mereka yang hidup dalam situasi dengan tingkat keinginan yang lebih rendah maka anak lebih adaptif. Kedua jenis keluarga tersebut, memiliki aturan yang lebih demokratis berhubungan dengan kompetensi anak yang lebih besar. Lamborn, Dornbusch, dan Steinberg (1996) menemukan lebih kuatHubungan

antara pembuatan keputusan nondemokratis dan penyesuaian yang buruk di Eropa Amerika daripada Afrika Amerika remaja.

### **B3. REGULASI DIRI ANAK USIA DINI**

Pengembangan regulasi diri pada anak dan terlihat di semua bidang perilaku (Shonkoff & Phillips 2000). Permasalahan regulasi diri akan dialami oleh anak. Hal ini terjadi apabila anak usia dini mendapat lingkungan pengasuhan yang kurang kondusif. Strategi untuk membantu anak usia dini agar mampu melakukan regulasi diri (Bronson 2000) harus disesuaikan untuk setiap anak. Strategi yang dilakukan adalah sebagai berikut. Ketika merawat bayi atau balita, orang tua dan anak berinteraksi untuk memberikan dukungan. Amati dengan cermat. Bayi mengirim isyarat yang memberitahu kapan mereka lapar, lelah, atau siap bermain. Bayi yang berumur empat bulan, memberi isyarat kebutuhannya akan makanan yang kurang, maka bayi akan sedikit merintih. Pengasuhnya tahu isyarat ini, berarti pengasuh memberikan botol dot yang berisi susu. Hal ini menunjukkan adanya tanggapan terhadap kebutuhan individu untuk keteraturan, dan interaksi.

Pada setting sekolah anak usia dini yang membutuhkan mainan angin favoritnya maka anak tersebut akan meletakkannya di tempat tidurnya dan menutupinya dengan selimut. Orang tua yang memiliki bayi memberikan susu ke mulutnya dan menyelimuti ketika tidur. Hal ini menunjukkan rutinitas yang konsisten untuk mendukung regulasi diri untuk membantu anak memahami harapan mereka.

Proses pemberian makan membutuhkan beberapa aspek regulasi diri. Secara fisik, bayi mengisap, menelan, dan bernafas. Secara emosional, isyarat tangisan bayi. Dukungan yang diberikan orang dewasa akan menjadi landasan awal pertumbuhan regulasi diri. Kepedulian dalam hubungan yang harmonis dan konsisten dengan orang dewasa/pengasuh akan memberikan dukungan bagi pengembangan dasar regulasi diri anak.

## **PENUTUP**

Berdasarkan pada pembahasan yang telah diuraikan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengasuhan merupakan interaksi antara orang tua dan anak yang akan memberikan dampak pada perkembangan regulasi diri. Mengembangkan pengasuhan yang positif dengan memberikan reinforcement, punishment dan imitasi, terhadap perilaku anak yang positif dan memberikan contoh perilaku maka hal ini merupakan strategi pengembangan regulasi diri anak usia dini.
2. Tahapan regulasi diri meliputi receiving, evaluating, searching, formulating, implementing, assesing. Regulasi diri yang baik dapat menghasilkan tindakan yang mengarah pada tindakan positif.
3. Aspek dari regulasi meliputi metakognitif, motivasi, dan tindakan positif. Jika ketiga aspek regulasi diri dapat maksimal maka regulasi diri yang didapatkan akan mengarah pada regulasi diri yang baik.
4. Regulasi diri yang tidak baik pada anak usia dini akan berdampak pada perilakunya yang menyimpang. Meminimalisasi dampak yang terjadi pada akibat regulasi diri yang baik dapat dilakukan dengan memaksimalkan peran orang tua dan guru di sekolah untuk bertanggungjawab secara bersama melalui pendekatan formal di sekolah dan lingkungan sosialnya yang dilakukan secara berkesinambungan.

## **Saran**

Berdasarkan pada kesimpulan yang telah diuraikan maka penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Memaksimalkan aspek regulasi diri yaitu metakognitif, motivasi, serta tindakan positif agar regulasi diri dapat tercapai.
2. Pihak orang tua dan guru serta lingkungan berperan aktif dalam mengontrol perilaku anak di sekolah dan lingkungan sosialnya di rumah agar dapat membangun regulasi diri yang baik serta berefek pada dan menghasilkan perilaku yang positif.

## DAFTAR PUSTAKA

Grollic and Farkas 2002, *parenting and development of children's self regulation, Handbook of parenting*, London, lawrence erlbaum assosiation publisher

*Hurlock, Elizabeth B. 2005. Perkembangan Anak. Jakarta: Erlangga.*

Izzaty Eka Rita 2005, *Mengenali Permasalahan Perkembangan Anak Usia TK*, Jakarta, Departemen Pendidikan nasional Dirjen pendidikan tinggi

Lestari Sri, 2014, *Psikologi Keluarga*, Jakarta, Prenadamedia Group

Manab abdul , 2016, *Memahami Regulasi Diri: Sebuah Tinjauan Konseptual*, malang, UMM

*Santrock, J. W. 2010. Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua. Jakarta: Kencana.*

*Santrock, J.W. 2007. Perkembangan Anak, Edisi Kesebelas. Jakarta: Penerbit Erlangga.*

Syafrida Rina, 2014, *Regulasi Diri dan Intensitas Penggunaan Smartphone terhadap keterampilan sosial*, Jurnal pendidikan anak usia dini, vol 8 edisi 2, nov 2014, Jakarta.

*Wahyunintyas, Dessy Putri. 2015. "Mengembangkan Regulasi Diri Melalui Pemberian Penghargaan". Universitas Muhammadiyah Surabaya, Volume 9, Edisi 1 (hlm.93--97*